Nr. 49 Toruń, dnia 5 grudnia 1928 r. Rok II.

SIŁA I ZDROWIE

Dodatek tygodniowy „Słowa Pomorskiego“

Program pracy zimowej sportowca - amatora.

Narciarstwo „koroną sportów“. — Zalety narciarstwa. — W jaki sposób zabrać się do tego sportu? — Kierunek turystyczny, czy zawodniczy w narciarstwie? — „Kaszubska Szwajcarja“ jako dobry teren do rozwoju narciarstwa amatorskiego.

Stosunkowo długo trzymaliśmy się sali gimnastycznej, omawiając w poprzednich artykułach różnego rodzaju walki i gimnastykę metodyczną. Dzisiaj, dla urozmaicenia i dla odświeżenia umysłu przenieśmy się narazie chociaż myślą na łono przyrody, tem bardziej, że padający w tym roku pierwszy śnieg mimowoli nastraja mnie do napisania o sportach zimowych, do których — w ścisłem tego słowa znaczeniu — zaliczymy narciarstwo, łyżwiarstwo i saneczkarstwo. —

„Koroną sportów“ wogóle jest narciarstwo. Narciarstwo, przy bliższem zaznajomieniu się zainteresuje nie tylko kilkoletnie dzieciaki, ale nawet osoby z siwizną na głowie, nie mówiąc już o osobach dorosłych płci obojga. Sport ten góruje nad łyżwiarstwem i saneczkarstwem nie tylko pod względem zdrowotnym, ale i pod względem rozkoszy psychicznych. Narciarz dociera do miejsc, których stopa ludzka jeszcze nie dotknęła, a miejsca takie latem nie są dostępne. Narciarz napotyka w głębi krajobrazu górskiego niewyczerpany zapas wrażeń i wzruszeń, źródło zdrowia i radości życia. Z punktu widzenia higjenicznego, wartość narciarstwa jest ogromna, biorąc pod uwagę idealne warunki, zdala od siedzib ludzkich i t. p. w jakich ten sport uprawiamy.

Oceniając wartość ćwiczebną narciarstwa, po zanalizowaniu formy ruchów zauważymy, że mamy tu do czynienia przedewszystkiem z wypadami, które są główną formą posuwania się naprzód. Wypady te różnią się od wypadów gimnastycznych tem, że pięta nie spoczywa na ziemi i ruch sam przy posuwaniu się jest bierny, coś podobnego jak u cyklisty, który jedzie na rowerze z wolnym biegiem. Muskulatura pracuje tylko przy „wyruchu“ (starcie) a dalsze posuwanie się nie wymaga czynnego udziału muskulatury i odbywa się na mocy „prawa bezwładności ciał“. Rzecz przedstawia się inaczej, jeżeli weźmiemy pod uwagę posuwanie się w terenie górzystym, bo w tym wypadku czynne są prawie wszystkie grupy mięśniowe narciarza. Celem utrzymania równowagi bardzo intensywnie muszą pracować mięśnie tułowia przy balansowaniu. Kończyny dolne muszą pracować wydatniej ponieważ dźwigają na nogach narty i buty. Kończyny górne przez podpieranie się „kijkami“ pomagają kończynom dolnym nawet przy posuwaniu się w terenie płaskim. Jeżeli chodzi o pokonanie terenu stromo wznoszącego się, wtedy narciarz ucieka się do tzw. „schodkowania“. Przy każdym kroku schodkowania potrzeba dość dużego wysiłku, by unieść ciężkie buty taternickie i narty, które trzeba w dodatku wyciągać z głębokiego śniegu.

Oprócz tego narciarstwo ma jeszcze tę dodatnią stronę, że wpływa bardzo dobrze na trawienie ze względu na wzmożoną pracę mięśni brzusznych, oraz leczy system nerwowy. Zbawienne działanie kąpieli powietrznych, a nawet słonecznych, jakiemi rozkoszują się w pogodne dni zimowe do połowy obnażeni narciarze z punktu widzenia higjenicznego (hartowanie skóry) ma znaczenie ogromne.

Ponieważ szczupłe ramy mojego artykułu nie pozwalają na szczegółowe omówienie rozwoju i organizacji tego naprawdę pięknego sportu u nas w Polsce, odsyłam zainteresowanych tym godnym polecenia sportem szanownych czytelników do doskonałego podręcznika narciarskiego pióra inż. Aleksandra Bobkowskiego. („Wydawnictwo Zakładu Narodowego im. Ossolińskich — Lwów.“).

Ograniczę się natomiast do praktycznych wskazań, jak zabrać się do tego sportu i w jakim kierunku stawiać kroki, chcąc osiągnąć poza zaletami higjeniczno-zdrowotnemi również i korzyści życiowo-praktyczne. Dobra kondycja fizyczna — to najgłówniejszy warunek nauczenia się jazdy na nartach. Sport ten nie jest bardzo trudny do opanowania, ponieważ już kilkudniowy kurs daje więcej niż, np. całoroczna ciągła praca nad szermierką. Chcąc utrzymać się w „formie“, każdy sportowiec-narciarz, względnie ten, kto chce w sezonie rozpocząć jazdę na nartach — powinien przez cały rok zaprawiać się w innych sportach, jak: lekkiej atletyce, tennisie, pływaniu i wioślarstwie. W jesieni, 1—2 miesięcy przed sezonem zimowym, należy przystąpić do właściwego treningu. Nie znaczy to bynajmniej, że np. nowicjusz nie może jechać na nartach bez uprzedniego treningu. Bezwarunkowo więcej szans do jazdy na nartach ma osoba już z pewną zaprawą. Tem bardziej zawodnicy i turyści powinni pamiętać o wcześniejszej zaprawie. Właściwy trening jesienny składa się z gimnastyki (2 razy na tydzień) i biegów naprzełaj. Zresztą ścisłej ilości godzin tygodniowych na trening oznaczać nie można, ponieważ rzecz tę trzeba traktować indywidualnie, uzależniając ją od rozwoju fizycznego, danego osobnika. Bieg naprzełaj należy rozpocząć najpierw marszem w szybkiem tempie na przestrzeni 4—5 km. Zasadniczo czas trwania biegów winien w początkach trwać 10—20 minut, a już najdłużej 40 minut. Biegi te wzmocnią serce i płuca oraz przygotują organizm do natężających wysiłków, jakie czekają narciarza w sezonie.

W czasie ćwiczeń gimnastycznych należy położyć główny nacisk na ćwiczenia oddechowe, równoważne i rozluźniające. Należy wyuczyć się racjonalnego sposobu oddychania, ponieważ od oddychania uzależnione są wyniki narciarza, zwłaszcza przy biegach długich. Rytm oddechu winien być uzgodniony z pchnięciami kijkami oraz krokami narciarza. Ze względu na bardzo zdradliwą pogodę jesienną, należy pamiętać o ciepłem ubraniu w czasie treningów. Strój winien być ciepły, niezbyt ciężki i nie hamujący ruchów. Najodpowiedniejsze są długie

spodnie flanelowe, sweater, oraz lekkie pantofle. Poza biegami i gimnastyką, trzeba prowadzić higjeniczny tryb życia, jak przy wszystkich innych sportach. Każdy szanujący się narciarz winien spać najmniej 8 godzin i pamiętać o regularnem, oraz treściwem odżywianiu się. Posiłki najlepiej przyjmować 4 razy dziennie najmniej 2 godziny przed rozpoczęciem ćwiczeń. Główną część składową pożywienia narciarza winien stanowić tłuszcz oraz cukier, jako prawie czysty węglowodan. Pokarmy mleczne, owoce i łatwo strawne gatunki mięsa są wskazane. Oczywiście pokarmy narciarza muszą być wolne od ostrych przypraw, jak musztardy, pieprzu, chrzanu i t. p. Również alkohol i tytoń jest wrogiem narciarza, zwłaszcza w czasie ostrej zaprawy.

Po kilku dniach treningu, zwłaszcza u osób, nieprzyzwyczajonych przychodzą bardzo dotkliwe bóle mięśniowe, głównie w łydkach i mięśniach brzusznych. Nie należy się tem absolutnie przejmować, i treningu nie przerywać ponieważ bóle tego rodzaju są najzwyczajniejszym objawem fizjologicznym i ustępują już po paru dniach. Opieka lekarska jest konieczna, a badania winny być przeprowadzone przed i w czasie treningu.

Przy narciarstwie, podobnie jak przy innych sportach turystycznych, propagujemy kierunek turystyczny, a nie zawodniczy. Musimy — niestety — zaznaczyć, że zawodniczy kierunek narciarstwa, jaki się w Polsce w ostatnich latach wyłania, odchodzi coraz dalej od potrzeb życia praktycznego. Weźmy pod uwagę np. skok narciarski. Jest to właściwie lot w powietrzu, a nie skok. Powstaje on wskutek nabytej bardzo znacznej prędkości przy zjeździe narciarskim i oderwaniu się od podłoża, bez właściwego i charakterystycznego, cechującego skok odbicia. Powstaje on dzięki temu, że podstawa pod narciarzem nagle urywa się. Chociaż skok narciarski jest pozbawiony zastosowań praktycznych, niepodobnem jest ominąć jego wartości ćwiczebnej, ze względu na wyrobienie i doskonalenie tego rodzaju zalet ducha jak: odwaga, przytomność umysłu, oraz bardzo wielostronna koordynacja nerwowa. Można wprawdzie wspomniane zalety ducha wyrobić zapomocą innych sportów i gimnastyki metodycznej co ma daleko większe znaczenie wychowawcze i życiowo-praktyczne, a jednak zawody w skokach narciarskich są pożądane, ponieważ zapewniają narciarstwu jak najszerszą popularność. Dzięki skokom narciarstwo zatacza coraz to szersze kręgi i staje się sportem nie kilkudziesięciu lub nawet kilkuset wybrańców, ale obejmuje najszersze masy, szczególnie w tych okolicach, w których warunki klimatyczne dla tego rodzaju sportu są sprzyjające. Jeżeli chodzi o terytorja ziem polskich, to Tatry nasze i wogóle Karpaty mają doskonałe warunki terenowe dla narciarstwa. Również Wileńszczyzna a jeżeli chodzi o Pomorze — nasze Kaszuby (zwłaszcza okolice Kartuz i Kościerzyny) nadają się do uprawiania tego sportu z amatorstwa.

Pierwsze kroki około wprowadzenia narciarstwa na Kaszubach stawia Towarzystwo Gimnast. „Sokół" w Kartuzach. Niedawno zakupiono kilkanaście par nart i jeżeli tylko warunki atmosferyczne w bieżącym sezonie zimowym będą sprzyjały — zamierzam jako instruktor zapoczątkować tutaj tę pracę.

J. Filsak.

Liczebność Warszawy „sportowej". Frekwencja publiczności na zawodach sportowych w Warszawie wynosiła w sierpniu 38.000, we wrześniu 187.000, a w październiku 210.000. W listopadzie liczba widzów znacznie zmalała.

Nurmi zawodowcem!

Co o tem mówi sam Nurmi.

Helsingfors, 4. 12. Wobec ciągłych sprzecznych pogłosek dotyczących amatorstwa Nurmiego i jego wyjazdu do Ameryki, ciekawym komentarzem będzie wywiad udzielony dziennikarzom fińskim przed wyjazdem wielkiego Finna do Ameryki. Nurmi oświadczył, że wyjazd swój naznaczył na 16 b. m., przyczem towarzyszem jego będzie masażysta Hakoniemi. Na zapytanie, czy Nurmi opuści szeregi amatorskie, odpowiedź brzmiała: „Prawdopodobnie, chociaż jeszcze nic konkretnego nie postanowiłem. Jestem w kontakcie ze słynnym managerem Tex Richardem, ale jeszcze wiele rzeczy pozostało do załatwienia". Jakie są ewentualne przewidziane dochody pana — zapytano Nurmiego. „Cyfr wymieniać nie będę, ale warunki są takie, że w ciągu jednego roku mogę tyle zarobić, że zapewniłbym sobie dostatek do końca życia". A Olimpjada w Los Angelos — zapytano Nurmiego. „Gdybym miał pewność, że w roku 1932 będę jeszcze w pełni formy, z pewnością nie opuszczałbym szeregów amatorstwa, ale czas robi swoje i czuję, że przez całe cztery lata nie zdołam utrzymać się w formie. Pierwszy mój start przewidziany jest na styczeń, a jeżeli chodzi o przeciwników, to wszystko mi jedno, gdyż pewny jestem, że w pełni swej formy nikt mnie teraz w Ameryce pokonać nie może. Przeciwnikami moimi będą z pewnością Ouafi. Ray, Ritola, a może i rodacy moi Purje i Loukola, którzy mają zostać także zawodowcami. Zresztą z chwilą zostania zawodowcem zależeć będę przedewszystkiem od Tex Richardsa".

U „Błękitnych" w Toruniu.

Praca w ostatnim sezonie. — Błękitni a P. W. — Kursy przeciwgazowe. — Ostre strzelanie.

Drużyna Błękitna w Toruniu, jako dopiero co zaliczona organizacja P. W., prowadzi już na tej drodze ruchliwe życie. Poprzednio już drużyna pracowała we własnych szeregach, i ćwiczyła to, co w pewnych punktach zakreślone jest w programie P. W., przygotowywując się gruntownie, do służby wojskowej, zapomocą własnych instruktorów i pod okiem niestrudzonego swego komend. drh. Wł. Malinowskiego. Dlatego też, gdy po przełamaniu zapór drużyna stanęła w szeregu organizacyj P. W., nie omieszka ona wykorzystać na tej drodze okazyj.

Po ostatnim sezonie, mimo że obfitował on w pracę, jak i zawody ligowe w piłkę nożną, ostre strzelanie konkursowe, zawody lekko-atletyczne, oficjalne występy prawie ze wszystkich sekcyj; nie padła jeszcze komenda „Spocznij". I oto w niedzielę dn. 25 listopada br. drużyna błękitna brała udział w kursach przeciwgazowych, urządzonych dla poszczególnych organizacyj, w „Straży Pożarnej" Sformowane 2 oddziały po 13 każdy, na czele których stanął komendant chor. Pom. drh Władysław Malinowski, świadczyły o zainteresowaniu się „błękitnych" tak donioslą i bodaj najaktualniejszą dziś sprawą „obrony przeciwgazowej".

Kursy rozpoczęły się o godz. 9-tej rano a skończyły się o godz. 15.00. Wykłady jak i praktyczne zajęcia prowadzili kapitan Korczewski — dowódca P. W. i por. Kaz. Grabowski. Po zapoznaniu się z poszczególnemi głównemi gazami teoretycznie, przystąpiono do ćwiczeń praktycznych, jak zapoznanie się używania na komendy masek przeciwgazowych, musztra, i niesienie pomocy zagrożonym w zagazowanych strefach. Zastosowanie masek w komorze zagazowanej — uzupełniło program kursu.

Na zakończenie przemówił do licznych słuchaczy p. kap. Korczewski w tem przekonaniu że kursy te przyczyniły się dla dobra ogółu a dla nas o jeden szczebel — rozwoju.

Po południu tego samego dnia hallerczycy w myśl rozkazu kom. P. W. odbyli na Strzelnicy imienia „Bolesława Chrobrego" swe drugie w tym sezonie ostre strzelanie, gdzie brała udział i drużyna błękitna. Wejrzawszy bliżej w pracę — Błękitnych, widzimy, że raz przedsięwzięte zadania mające przygotować liczne szeregi błękitniaków „Przez hart ciała do hartu ducha" około hasła „Dla ciebie Polsko i dla twojej chwały", docierają do celu, z pożytkiem dla Ojczyzny i społeczeństwa.

Kronika sportowa.

PIŁKA NOŻNA.

T. K. S. — A. K. S. 6:3. W niedzielę 2 grudnia rozegrał w Toruniu A. K. S. rewanżowe zawody z T. K. S., który wystąpił z 5 graczami I drużyny.

Zawody te toczyły się przy stałej przewadze T. K. S-u, który przez lekceważenie przeciwnika, stracił 3 bramki. Mimo widocznej przewagi naszego mistrza, A. K. S. grał bardzo dobrze a przedewszystkiem ambitnie i nie wykazywał w swej drużynie słabych punktów. Jest to obecnie po T. K. S. najsilniejsza drużyna toruńska, która po nabyciu pewnej rutyny i większej jeszcze techniki, groźną będzie dla każdego przeciwnika. Z A. K. S-u trudno kogo wyróżnić, dobrze grała cała drużyna; w T. K. S-ie L. Cieszyński i A. Gumowski brylowali techniką i rutyną, dając pokaz pięknej i eleganckiej gry, nieźle spisywał się w obronie P. Wierzchowski, z młodszych sił w zupełności zadowolił Zaborowski z pomocy, oraz Kowalski w ataku. Szkoda, że publiczność nie dopisała, gdyż mecz był interesujący i prowadzony przez obie strony nader „fair". Wskazanem byłoby, by oba te kluby rozgrywały pomiędzy sobą częściej zawody, gra ich bowiem zadowolić może w zupełności wybrednych nawet amatorów piłki nożnej a przez to i propaganda tego sportu wieleby zyskała. — Zawody prowadził nader poprawnie ogólnie znany sportowiec p. P. Gumowski.

Garbarnia (Kraków) wchodzi do Ligi. Kraków 2. 12. W niedzielę w Krakowie rozegrany został decydujący mecz piłkarski o wejście do Ligi pomiędzy dwoma najpoważniejszymi kandydatami, a mianowicie Garbarnią (Kraków i JTSG (Łódź). Mecz był prowadzony w bardzo silnem tempie i obie drużyny walczyły z niezwykłą ambicją. W pierwszej połowie lekka przewaga łodzian, którzy jednak po przerwie opadli na siłach. Garbarnia w drugiej połowie uzyskuje przewagę i zdobywa dwie bramki, a mianowicie przez Augustyna i przez Stefańskiego w ostatniej minucie gry. Sędziował p. Baranowski z Poznania. Widzów około 3 tysięcy.

Jeszcze jeden projekt w sprawie Ligi. Lwów 27. 11. W kołach zbliżonych do Pogoni lwowskiej kolportowany jest nowy projekt reorganizacji Ligi, który ma być wniesiony na najbliższe posiedzenie Ligi. Według tego projektu nastąpić powinien podział na dwie Ligi. Do I ligi weszłoby 9 klubów (według ostatecznej tabeli ligowej), a do II ligi pozostałych 6 klubów i 3 obecnych kandydatów do Ligi, przyczem po roku dwa kluby z I-ej ligi spadają do drugiej i odwrotnie. Do klasy A spadają trzy kluby II ligi, a na ich miejsce weszłyby trzy kluby z rozgrywek o mistrz. kl. A. Projekt ten nie posiada jednak dużych szans.

Polonia—Legja 2:1 (1:1). Zawody towarzyskie pomiędzy Polonią a Legją, rozegrane na boisku ciąstwem Polonji, która przewyższała przeciwnika Legji w Warszawie zakończyły się zasłużonem zwyprzedewszystkiem pod względem ambicji i tempa gry. W Legji zawiodła środkowa trójka napadu, natomiast wyróżniła się obrona. Z nowych nabytków Polonji wystąpili Keller w bramce i Suchocki, brak zaś było Gumowskiego i Słogowskiego. Bramki dla Polonji zdobyli: Krygier i samobójcza, a dla Legji — Nawrot. Sędziował p. Walczak.

Sprawa trenerów piłkarskich. Ostatnio odbyła się w Warszawie konferencja piłkarska zwołana przez Warszawski Okr. Zw. Piłki Nożnej w porozumieniu z Państwowym Urzędem W. F. Na wniosek kpt. Mielecha postanowiono przeprowadzić szkolenie instruktorów piłkarskich w następujących zarysach: szkolenie odbywać się winno równolegle teoretycznie i praktycznie. Do treningów praktycznych sprowadzony będzie najprawdopodobniej znany jakiś trener angielski lub szkocki. W zakres prac teoretycznych wejdą fizjologja, masaż, anatomja, gimnastyka, system treningu itp. Ten dział prowadzony może być przez PIWF lub Centralną Szkołę Wojskową G. S., które powinny już teraz przygotować odpowiednie programy zajęć. Kursy dla instruktorów piłkarskich będą dwojakie, a mianowicie: 1) kursy główne organizowane przez PUWF i PZPN dla trenerów większych klubów, i 2) kursy krótkie dla trenerów mniejszych klubów lokalnych. Każdy z absolwentów otrzyma po ukończeniu dyplom i prawa instruktora piłkarskiego.

Nowe kadry sędziów piłkarskich. Na wniosek prezesa WOZPN, kpt. Kobosa, Państwowy Urząd W. F. zamierza zarządzić, aby wszyscy absolwenci Centralnej Szkoły Wojskowej Gimnastyki i Sportów składali egzamina na sędziów piłkarskich.

200 meczów Aleksandra Kubika. W ubiegłym tygodniu znakomity obrońca klubu „Turystów" Aleksander Kubik bronił po raz dwusetny barw swego klubu. Dwieście meczów w jednej drużynie — to piękny i rzadki jubileusz piłkarza.

Aleksander Kubik rozpoczął swoją karjerę jako uczeń 4-tej klasy Pabjanickiej Szkoły Realnej w roku 1917 meczem z P. T. C. Mecz ten zakończył się wynikiem remisowym 2:2, przyczem obie bramki dla drużyny szkolnej zdobył „Olek". Chrzest bojowy udał się znakomicie; nasz dzisiejszy jubilat zdradzał jako napastnik pierwszorzędny talent i odtąd ma zaszczyt występowania w barwach P. T. C., które ten właśnie okres czasu może zaliczyć do najlepszych P. T. C. zdobywa wówczas drugie miejsce w mistrzostwie Łodzi klasy A za Szturmem.

Po roku Kubik gra w Ł. K. S-ie, poczem wyjeżdża do Warszawy, gdzie broni barw Korony, a następnie W. K. S-u. Związany z Ł. K. S-em, po powrocie z Warszawy, Olek Kubik gra dalej w drużynie czerwonych, wespół z bratem Stefanem. Obaj grają w napadzie.

Od roku 1922 bracia Kubikowie grają w klubie Turystów. Olek zrazu na pozycji napastnika, następnie już stale w obronie. Razem 200-cie meczy! Miał on spotkania znakomite, miał też chwile słabe. Tych ostatnich b. mało.

Dziś jest Aleksander Kubik w znakomitej formie i wybija się na czoło polskich obrońców.

NARCIARSTWO.

Narciarze przed sezonem. Zakopane 28. 11. Niemal wszyscy znani narciarze trenują teraz w Sokole zaprawę gimnastyczną i trening suchy. Od 15 grudnia rozpoczyna swe prace ośrodek narciarski w Zakopanem, przyczem uczestnicy będą skoszarowani. Ośrodek ten zorganizowany został przez Polski Zw. Narciarski w związku z międzynarodowemi mistrzostwami Europy, które odbędą się w lutym w Zakopanem przy udziale 16 narodowości.

WIOŚLARSTWO.

Sejmik wioślarski w Poznaniu. W Poznaniu w dniu 16 grudnia odbędzie się zjazd Polskich Towarzystw Wioślarskich. Na porządku dziennym sprawy przygotowań do międzynarodowych mistrzostw Europy.

HIPPIKA.

Powrot jeźdźców z Ameryki. We czwartek 29. 11. wróciła z Nowego Jorku polska ekipa konna (pułk. Rómmel, rtm. Antoniewicz i por. Zgorzelski), która wzięła udział w międzynarodowych zawodach konnych. Na zawodach tych Polacy nie odnieśli takich sukcesów, jak w latach poprzednich, a pokonani zostali przez Niemców i Amerykan. Przyjęcie w Ameryce było doskonałe. Zawodnicy europejscy byli stale gośćmi przedstawicieli armji amerykańskiej. Zainteresowanie konkursami w Nowym Jorku było kolosalne. Codziennie szereg widzów odchodziło od kas Madison Square Garden, gdzie odbywały się konkursy. Polonja amerykańska opiekowała się bardzo naszymi przedstawicielami. Jeżeli chodzi o wynik sportowy, to nie jest on zadowalający, choć konkurencja była daleko silniejsza niż w latach ubiegłych. Ekipie naszej brak było szczęścia, które posiadali jeźdźcy niemieccy, którzy pod względem techniki jazdy znacznie Polakom ustępują.

SZERMIERKA.

Turati — szermierzem. Medjolan. Sekretarz partji faszystów, Turati, „prawa ręka" Mussoliniego zajmuje się sportem również gorąco jak jego szef. Turati jest jednym z lepszych szermierzy włoskich, a ostatnio pokonał on w meczu na florety znanego szermierza belgijskiego, Fejeryka.

TENNIS.

Czetwertyński jedzie na Rywjerę. Paryż, 2 12. Ex-mistrz Polski w tennisie, Czetwertyński przebywa obecnie w Paryżu, lecz już w bieżącym miesiącu wyjeżdża na Rywjerę, gdzie weźmie udział w szeregu międzynarodowych turniejów tennisowych.

Różne.

Z Rady Naukowej Wychowania Fizycznego. Najbliższe posiedzenie Rady Naukowej W F. odbędzie się w połowie grudnia. Najważniejszą sprawą będzie najprawdopodobniej kwestja ustawy o wychowaniu fizycznem. Poza tem szereg komisyj pracuje nad przygotowaniem innego materjału na posiedzenie.

Z Towarzystw turystycznych. Na ostatniej konferencji polskich towarzystw turystycznych uchwalono zorganizować szereg wycieczek, w których wzięliby udział turyści zagraniczni. W tym celu postanowiono zwrócić się do zagranicznych Touring-klubów o poparcie akcji.

Uroczystość na Bielanach w Warszawie. W niedzielę 2. 12. odbyła się uroczystość wmurowania aktu erekcyjnego i poświęcenia tablicy pamiątkowej w budującym się gmachu Centralnego Instytutu Wychowania Fizycznego na Bielanach. Instytut ten oddany zostanie do użytku słuchaczów we wrześniu roku przyszłego. Na uroczystość przybyło bardzo liczne grono działaczy sportowych z całej Polski.

We Lwowie śnieg. Na niedzielę, dnia 2 bm. naznaczono we Lwowie szereg imprez sportowych, lecz wskutek spadłego śniegu, wszystkie zawody zostały odwołane. Rozpoczęły się tylko mistrzostwa drużynowe w boksie, które doprowadzono do półfinałów.

Przed Olimpjadą w Los Angelos. Zarząd Z. Z. zastanawiał się ostatnio nad planami przygotowań do X. Olimpjady, która odbędzie się w roku 1932 w Los Angelos. Postanowiono ograniczyć skład ekspedycji do niezbędnego minimum, rozpocząć natychmiast zbiórkę pieniężną, nie dopuszczać by zawodnicy dochodzili do swej najwyższej formy przedwcześnie, zarzucić system zbierania funduszów przez sprzedaż nalepek i marek, urządzać już od sezonu najbliższego imprezy dochodowe, rozszerzyć zakres kompetencji referenta technicznego, sprowadzać trenerów zagranicznych wcześniej niż dotychczas, zaniechać opiekowania się wycieczkami na igrzyska i nie przyjmować na kwatery na miejscu przedstawicieli rozmaitych i gości, kwatery urządzać osobno dla zawodników i zawodniczek itd.

Czasopisma sportowe

„Wychowanie Fizyczne". Miesięcznik poświęcony higjenie szkolnej, kształceniu cielesnemu w domu, armji i stowarzyszeniach, red. nacz. prof. uniw. E. Piasecki, Poznań 3, Chełmońskiego 20. Opuścił prasę nr. 12, roczn. IX., który zawiera m. i. artykuły: F. Fidziński, Górnicki o wychowaniu fiz. w Polsce XVI w. (dokończenie). — Z organizacji i metodyki wychowawczej. — Ppłk. W. Sikorski. Uwagi o stanie wychowania fiz. w szkołach średnich ogólnokszt. i seminarjach nauczycielskich St. Sedlaczek, Obozy harcerskie (dok.) — Oceny książek (Rosenberg, Pol. Zw. Gier Sportowych, Ogrody Jordanowskie. Podręcznik Przysp. Wojsk.) — Streszczenia (Wachholder). — Z towarzystw, instytucyj i zjazdów (Z posiedzeń lek. szk. w min. W. R. i O. P., Z Sekcji Wych. Fiz. przy T. N. S. W.) — Na mównicy. (Uwagi do art. dra Missiury). — Kronika. — Resumes.

Kongres przeciwalkoholowy.

W dniu 8. i 9 bm. odbędzie się w Lublinie VIII polski kongres przeciwalkoholowy pod protektoratem p. Prezydenta Rzeczypospolitej. Na kongres spodziewany jest liczny zjazd delegatów i organizacyj z całego terenu Rzeczypospolitej.

Trener lekkoatletyczny Jacobsen był w Toruniu od 9 do 30-go listopada, trenując lekkoatletów wojskowych i cywilnych. — Treningi odbywały się w miejskiej hali gimnast. oraz w koszarach artylerji na Mokrem. Dn. 1. 12. Jacobsen wyjechał do Bydgoszczy.

Drukiem i nakładem Drukarni Toruńskiej T. A.
Za redakcję odpowiedzialny:
Wacław Madejski, Toruń.